



ŚRĪ DURGĀ CĀLĪSĀ

श्री दुर्गा चालीसा

या देवी सर्वभूतेषु मातृरूपेण संस्थिता ।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥

Yaa Devii Sarvabhutessu Maatrruupenna Samsthitaa |
Namastasyai Namastasyai Namastasyai Namoh Namah ||

Alla Devi, che risiede in tutti gli esseri nella forma della Madre.
Saluti a Lei, saluti a Lei, saluti a Lei, a Lei i miei omaggi ancora e ancora.

नमो नमो दुर्गे सुख करनी ।
नमो नमो अम्बे दुःख हरनी ॥

namo namo durge sukha karanī |
namo namo ambe duḥkha haranī ||

I miei omaggi a Te Oh Dea Durga, dispensatrice di felicità! I miei omaggi a Te Oh
Dea Amba, che fa finire ogni miseria.

निराकार है ज्योति तुम्हारी ।
तिहूँ लोक फैली उजियारी ॥

nirākāra hai jyoti tumhārī |
tihūṃ loka phailī ujjārī ||

La luminosità della Tua luce è senza limite e tutto pervade e tutti i tre regni
(Terra, Paradiso e Inferno) sono illuminati da Te.

शशि ललाट मुख महाविशाला ।
नेत्र लाल भृकुटी विकराला ॥

śaśi lalāṭa mukha mahāviśālā |
netra lāla bhṛkuṭī vikarālā ||

Il Tuo viso è come la luna e la bocca è molto grande. I Tuoi occhi sono illuminati
da una luce rossa ed hai un cipiglio spaventoso.

रूप मातु को अधिक सुहावे ।
दरश करत जन अति सुख पावे ॥

rūpa mātu ko adhika suhāve |
daraśa karata jana ati sukha pāve ||

Oh Madre, il tuo aspetto è incantevole, la vista che assicura di gran lunga
benessere ai devoti.

तुम संसार शक्ति लै कीना ।
पालन हेतु अन्न धन दीना ॥

tuma saṃsāra śakti lai kīnā |
pālana hetu anna dhana dīnā ||

Tutti i poteri del mondo sono riposti in Te e sei Tu che dai cibo e ricchezza al
mondo.

अन्नपूर्णा हुई जग पाला ।
तुम ही आदि सुन्दरी बाला ॥

annapūrṇā huī jaga pālā |
tuma hī ādi sundarī bālā ||

Come Annapoorna la Madre che nutre, Tu alimenti l'intero universo e sei Tu che
appari come l'intramontabile Bala Sundari (giovane donna di estrema bellezza).

प्रलयकाल सब नाशन हारी ।
तुम गौरी शिव शंकर प्यारी ॥

pralayakāla saba nāśana hārī ।
tuma gaurī śiva śaṃkara pyārī ॥

Al tempo della dissoluzione, sei Tu, Oh Madre, che tutto distrugge. sei l'amata
consorte del Signore Shiva, Gori (Parvati).

शिव योगी तुम्हरे गुण गावें ।
ब्रह्मा विष्णु तुम्हें नित ध्यावें ॥

śiva yogī tumhare guṇa gāveṃ ।
brahmā viṣṇu tumheṃ nita dhyāveṃ ॥

Il Signore Shiva e tutti gli yogi cantano sempre le Tue lodi. Brahma, Vishnu e tutti
gli altri Dei meditano sempre su Te.

रूप सरस्वती को तुम धारा ।
दे सुबुद्धि ऋषि मुनिन उबारा ॥

rupa sarasvatī ko tuma dhārā ।
de subuddhi ṛṣi munina ubārā ॥

Appari anche nella forma della Dea Saraswati, per garantire saggezza ai saggi ed
assicurare il loro benessere.

धरा रूप नरसिंह को अम्बा ।
प्रकट भई फाडकर खम्बा ॥

dharā rūpa narasiṃha ko ambā ।
prakaṭa bhī phāḍakara khambā ॥

Oh Madre Amba! Eri Tu che sei apparsa nella forma di Narsimha, uscendo dalla
colonna.

रक्षा करि प्रह्लाद बचायो ।
हिरण्याक्ष को स्वर्ग पठायो ॥

rakṣā kari prahlāda bacāyo ।
hiraṇyākṣa ko svarga paṭhāyo ॥ 3

Che salvò Prahlad ed anche Hiranyakashyap andò in Paradiso essendo ucciso dalle
Tue mani.

लक्ष्मी रूप धरो जग माहीं ।
श्री नारायण अंग समाहीं ॥

lakṣmī rūpa dharo jaga mähīṃ ।
śrī nārāyaṇa aṅga samāhīṃ ॥

Nella forma della Dea Lakshmi, Oh Madre, appari in questo mondo e riposi a lato
di Shree Narayan.

क्षीरसिन्धु में करत विलासा ।
दयासिन्धु दीजै मन आसा ॥

kṣīrasindhu meṃ karata vilāsā ।
dayāsindhu dījai mana āsā ॥

Dimori nell'oceano di latte, Oh Dea, con il Signore Vishnu, per favore esaudisci i
miei desideri.

हिंगलाज में तुम्हीं भवानी ।
महिमा अमित न जात बखानी ॥

hiṅgalāja meṃ tumhīṃ bhavānī ।
mahimā amita na jāta bakhānī ॥

Oh Bhavani, la famosa Dea di Hingalaja non è altro che Te stessa. Illimitata è la
Tua Gloria, inesprimibile.

मातंगी धूमावति माता ।
भुवनेश्वरि बगला सुखदाता ॥

mātaṅgī dhūmāvati mātā ।
bhuvaneśvari bagalā sukhadātā ॥

Tu sei Matangi e Dhoomavati Mata. Sei Tu che appari come Bhuvaneshwari e
Bagalamukhi Devi che concedi felicità a tutti.

श्री भैरव तारा जग तारिणि ।
छिन्न भाल भव दुःख निवारिणि ॥

śrī bhairava tārā jaga tāriṇi ।
chinna bhāla bhava duḥkha nivāriṇi ॥

Sei Tu che redimi il mondo, apparendo nella forma di Shree Bhairavi, Taradevi e Chhinnamasta Devi, e dai fine ai suoi dolori.

केहरि वाहन सोह भवानी ।
लांगुर वीर चलत अगवानी ॥

kehari vāhana soha bhavānī ।
lāṅgura vīra calata agavānī ॥

Riposando piena di grazia sul tuo veicolo, Oh Goddess Bhavani, Tu sei gradita dal coraggioso Langour (Hanuman).

कर में खप्पर खड्ग विराजे ।
जाको देख काल डर भागे ॥

kara meṃ khappara khaḍga virāje ।
jāko dekha kāla ḍara bhāge ॥

Quando appari nella forma della Dea Kali, con la spada in una mano e la Khappar (una ciotola fatta di mezzo coco-de-la-mer, il cocco del mare) nell'altra, anche il Tempo scappa dalla paura.

सोहे अस्त्र और त्रिशूला ।
जाते उठत शत्रु हिय शूला ॥

sohe astra aura trisūlā ।
jāte uṭhata śatru hiya śulā ॥

Vedendo Te, ben armata, con un Tridente nella tua mano, il cuore dei nemici soffre di paura pungente.

नगरकोट में तुम्हीं विराजत ।
तिहूँ लोक में डंका बाजत ॥

nagarakoṭa meṃ tumhīṃ virājata ।
tihūṃ loka meṃ ḍamkā bājata ॥

Riposi anche nella forma di Devi a Nagarkot nel Kangara. Così tutti i tre regni
fremono nella grandezza della Tua gloria.

शुंभ निशुंभ दानव तुम मारे ।
रक्तबीज शंखन संहारे ॥

śuṃbha niśuṃbha dānava tuma māre ।
raktabīja śamkhana saṃhāre ॥

Tu hai sconfitto demoni come Shumbh e Nishumb e massacrato le migliaia di
forme del temuto Demone Raktabeej.

महिषासुर नृप अति अभिमानी ।
जेहि अघ भार मही अकुलानी ॥

mahiṣāsura nṛpa ati abhimānī ।
jehi agha bhāra mahī akulānī ॥

Quando la terra fu gravemente afflitta sopportando il peso dei peccati
dell'arrogante Mahishasur.

रूप कराल कालिका धारा ।
सैन्य सहित तुम तिहि संहारा ॥

rūpa karāla kālikā dhārā ।
sainya sahita tuma tihi saṃhārā ॥

Tu prendesti la forma della terribile Dea Kali e lo massacrasti con tutto il suo
esercito.

परी गाढं संतन पर जब जब ।
भई सहाय मातु तुम तब तब ॥

parī gāḍhaṃ saṃtana para jaba jaba ।
bhī sahāya mātu tuma taba taba ॥

Così, ogni volta che i nobili santi furono afflitti, sei Tu Oh Madre, che vieni in loro
soccorso.

अमरपूरी अरू बासव लोका ।
तब महिमा रहें अशोका ॥

amarapūrī arū bāsava lokā ।
taba mahimā rahem aśokā ॥

Tutti i regni incluso Amarpuri (regno divino) rimangono senza dolore e felici dalla
Tua Grazia. Oh Dea!

ज्वाला में है ज्योति तुम्हारी ।
तुम्हें सदा पूजें नर नारी ॥

javālā mem hai jyoti tumhārī ।
tumhem sadā pūjem nara nārī ॥

E' il simbolo della tua gloria che brucia splendente a Shree JwalaJi. Tutti gli uomini
e le donne adorano Te, Oh Madre!

प्रेम भक्ति से जो यश गावे ।
दुःख दारिद्र निकट नहीं आवे ॥

prema bhakti se jo yaśa gāve ।
duḥkha dāridra nikaṭa nahim āve ॥

Chi canta la Tua gloria con devozione, amore e sincerità rimangono fuori dalla
portata di dolore e povertà.

ध्यावे तुम्हें जो नर मन लाई ।
जन्म मरण ताको छुटि जाई ॥

dhyāve tumhem jo nara mana lāī ।
janma maraṇa tāko chuṭi jāī ॥

Chi medita sulla Tua forma con concentrazione va oltre il ciclo di nascita e morte.

ध्यावे तुम्हें जो नर मन लाई ।
जन्म मरण ताको छुटि जाई ॥

jogī sura muni kahata pukārī ।
yoga na ho bina śakti tumharī ॥

Tutti gli yogi, dei e saggi apertamente dichiarano che senza il tuo favore non si può stabilire comunione con Dio.

शंकर आचारज तप कीनो ।
काम अरु क्रोध जीति सब लीनो ॥

śaṃkara ācāraja tapa kīno ।
kāma aru krodha jīti saba līno ॥

Una volta Shankaracharya ha eseguito una speciale penitenza chiamata Acharaj ed in virtù di ciò ha domato la sua rabbia ed i suoi desideri.

निशिदिन ध्यान धरो शंकर को ।
काहु काल नहीं सुमिरो तुमको ॥

niśidina dhyāna dharo śaṃkara ko ।
kāhu kāla nahīṃ sumiro tumako ॥

Ha sempre adorato il Signore Shankar e non ha mai concentrato la sua mente su Te.

शक्ति रूप को मरम न पायो ।
शक्ति गई तब मन पछतायो ॥

śakti rūpa ko marama na pāyo ।
śakti gī taba mana pachatāyo ॥

Poichè non ha realizzato la Tua immensa gloria, tutti i suoi poteri furono vani ed allora si pentì.

शरणागत हुई कीर्ति बखानी ।
जय जय जय जगदंब भवानी ॥

śaraṇāgata huī kīrti bakhānī ।
jaya jaya jaya jagadamba bhavānī ॥

Così prese rifugio in Te, cantando la Tua gloria: “viva viva viva a Te, Oh Jagadamba Bhavani”.

भई प्रसन्न आदि जगदम्बा ।
दई शक्ति नहिं कीन विलंबा ॥

bhī prasanna ādi jagadambā ।
dī śakti nahim kīna vilambā ॥

Allora, Oh Dea originaria Jagadamba, Tu fosti soddisfatta ed in men che non si
dica Tu concedesti a lui i suoi poteri perduti.

मोको मातु कष्ट अति घेरो ।
तुम बिन कौन हरै दुःख मेरो ॥

moko mātu kaṣṭa ati ghero ।
tuma bina kauna harai duḥkha mero ॥

Oh Madre! Gravi afflizioni mi angosciano e nessun altro che Te può darmi sollievo,
per favore dai fine alle mie afflizioni.

आशा तृष्णा निपट सतावें ।
मोह मदादिक सब विनशावें ॥

āsā tṛṣṇā nipāṭa satāveṃ ।
moha madādika saba vinaśāveṃ ॥

Speranze e brame mi torturano sempre. Ogni sorta di passione e lussuria
tormentano sempre il mio cuore.

शत्रु नाश कीजै महारानी ।
सुमिरौं इकचित तुम्हें भवानी ॥

śatru nāśa kijai mahārānī ।
sumiraum ikacita tumheṃ bhavānī ॥

Oh Dea Bhavani! Io medito solo su Te per favore uccidi imiei nemici, Oh Regina!

करो कृपा हे मातु दयाला ।
ऋद्धि सिद्धि दे करहु निहाला ॥

karo kṛpā he mātu dayālā ।
ṛddhi siddhi de karahu nihālā ॥

Oh Madre misericordiosa! Dammi i tuoi favori e fammi sentire felice donandomi
ogni ricchezza e potere.

जब लागि जिऊं दया फल पाऊं ।
तुम्हरो यश मैं सदा सुनाऊं ॥

jaba lagi jiūṃ dayā phala pāūṃ ।
tumharo yaśa maiṃ sadā sunāūṃ ॥

Oh Madre! Possa io essere rispettabile della Tua grazia finchè vivo, raccontando
sempre le imprese della Tua gloria a tutti.

दुर्गा चालीसा जो नित गावै ।
सब सुख भोग परम पद पावै ॥

durgā cālīsā jo nita gāvai ।
saba sukha bhoga parama pada pāvai ॥

Così, chiunque canti questa Durga Chalisa possa godere sempre di tutti i piaceri e
possa ottenere alla fine il più alto stato.

देवीदास शरण निज जानी ।
करहु कृपा जगदम्ब भवानी ॥

devīdāsa śaraṇa nija jānī ।
karahu kṛpā jagadamba bhavānī ॥

Considerando che Devidas ha cercato il Tuo rifugio, Oh Bhavani, concedimi il Tuo favore.

Angela Martinelli

Facilitatrice di Percorsi Evolutivi

Counselor Creativo Sistemico Relazionale

Access Consciousness® CFMW

The Body Awakening - Trattamento con oli sul corpo

Body Power Chants - Energetic Bodywork

Access Bars®, Energetic Facelift e Body Process

ESSE - Energetic Synthesis of Structural Embodiment for Bodies™

Symphony of Possibilities

Acoustical Body Treatment

Clearing the Abuse from the Body and the Being™ Body Process

Costellazioni Psico-Evolutive

Metodo TRE® - Tension & Trauma Releasing Exercises

Ayurveda e Massaggio Ayurvedico

Phone: **+39 348 1347941**

info@angelamartinelli.it - www.angelamartinelli.it

Professionista riconosciuta ai sensi della Legge n. 4 del 14 gennaio 2013